

Г. Г. Зак **G. G. Zak**
А. В. Кубасов **A. V. Kubasov**
Екатеринбург, Россия Ekaterinburg, Russia
Н. В. Сергеева **N. V. Sergeeva**
Карпинск, Россия Karpinsk, Russia

**СИСТЕМА РАБОТЫ
ПО КОРРЕКЦИИ
МЕЛКОЙ МОТОРИКИ
У ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДАУНА
(«ТЕАТР ДВИЖЕНИЙ»)**

**SYSTEM OF FINE MOTOR SKILLS
CORRECTION WORK
FOR CHILDREN
WITH DOWN SYNDROME
("THEATRE MOVEMENT")**

Аннотация. Рассматриваются особенности моторики детей с синдромом Дауна. Раскрывается содержание системы упражнений по коррекции мелкой моторики у данных детей.

Ключевые слова: дети с синдромом Дауна, моторика, игровой самомассаж, система упражнений.

Сведения об авторе: Зак Галина Георгиевна, кандидат педагогических наук, доцент.

Место работы: кафедра специальной педагогики и специальной психологии УрГПУ, г. Екатеринбург.

Сведения об авторе: Кубасов Александр Васильевич, доктор филологических наук, профессор.

Место работы: заведующий кафедрой методик преподавания школьных дисциплин в специальной (коррекционной) школе, Уральский государственный педагогический университет, г. Екатеринбург.

Сведения об авторе: Сергеева Наталья Викторовна.

Место работы: учитель начальных классов, государственное казенное образовательное учреждение Свердловской области «Карпинская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 10», г. Карпинск.

Контактная информация: 620017, Екатеринбург, пр-т Космонавтов, 26.

E-mail: kubas2002@mail.ru.

Abstract. The features of motor skills of children with Down syndrome are discussed. The content of the system of exercises to overcome the motor skills difficulties of these children is shown.

Key words: children with Down syndrome, motor skills, self-massage of the game, the system of exercises.

About the author: Zak Galina Georgievna, Candidate of Pedagogy, Associate Professor.

Place of employment: Chair of Special Pedagogy and Special Psychology, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg.

About the author: Kubasov Alexander Vasilievich, Doctor of Philology, Professor.

Place of employment: Head of the Chair of Methods of Teaching School Subjects in a Special (Correctional) School, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg.

About the author: Sergeeva Natalia Viktorovna.

Place of employment: Primary School Teacher, State Educational Establishment of Sverdlovsk Region "Karpinsk Special (Correctional) Comprehensive Boarding School № 10", Karpinsk.

Интеграционные процессы, происходящие в сфере образования, способствовали активному включению в систему специального образования детей со сложными нарушениями развития. Среди указанной категории детей пристальное внимание обращено на детей с синдромом Дауна, количество которых, как указывают специалисты различных областей научного знания, с каждым годом неуклонно растет. В связи с этим одной из задач специальной педагогики является совершенствование эффективности педагогического воздействия на детей с синдромом Дауна с целью оптимального развития их потенциальных возможностей, подготовки к самостоятельной жизни и включения в социальную среду полноправными членами общества.

Обращаясь к истории изучения людей с синдромом Дауна, отметим, что впервые их признаки в 1866 г. описал английский ученый Джон Лэнгдон Даун (Down), увековечив свое имя в названии данного синдрома. Однако только в 1959 г. французским ученым Жеромом Леженом (Lejeune) была обнаружена причина синдрома, который, по его мнению, связан с процессом расхождения хромосом при образовании гамет, вследствие чего у ребенка появляется лишняя 21-я хромосома или ее фрагменты.

Вопросы диагностики, обучения, воспитания, направления коррекционно-педагогической работы с детьми с синдромом Дауна описаны в работах отечественных (Р. Д. Бабенкова, С. Ф. Давиденко-

ва, Н. П. Вайзман, С. Д. Забрамная, Н. Б. Лурье, А. Р. Маллер, М. С. Певзнер, Я. Г. Юдилевич и др.) и зарубежных (А. Cornwell, В. Hermelin, N. O. Connor, D. Smith, Ch. Wunderlich и др.) ученых.

До настоящего времени в специальной педагогической литературе нет единого взгляда на возможности развития данной категории детей. Все авторы отмечают у них диспластичность фигуры, общую мышечную гипотонию, повышенную истощаемость. У многих детей с синдромом Дауна в большей степени нарушена моторика. Так, Р. Д. Бабенкова и Н. П. Вайзман указывают на то, что для детей характерна неловкость движений, походки, повышенная гибкость суставов, сдвинуты сроки овладения основными статическими функциями, а В. Hermelin и N. O'Connor обращают внимание на грубые недоразвития тонких дифференцированных движений пальцев рук [6]. Всё вышперечисленное приводит к задержке в формировании ручных умений, осложняет формирование моторных навыков, которые определяются как автоматизированный компонент сознательной деятельности, формирующийся в процессе упражнения [2]. Модель формирования навыков, называемая «Прямое обучение мастерству», которая реализуется при обучении детей с различными нарушениями в развитии, имеет следующее содержание:

- учитель непосредственно обучает каждого ребенка учебным навыкам, направляет и контролирует его действия;

- использует поэтапно распределенный и тщательно разработанный материал для выработки навыка;

- выдвигает цель предстоящей работы и добивается от ученика ее полного осознания, демонстрируя конечный результат;

- обучает навыку, пока не наступает овладение им;

- постоянно управляет достижениями ребенка, используя возможные в каждом отдельном случае стимулы, закрепляющие положительный момент;

- предоставляет ребенку моментальную обратную связь [Там же, с. 40].

В данной статье представлена система упражнений по преодолению моторной неловкости у детей с синдромом Дауна, названная «Театр движений», теоретически обоснованная специалистами Института специального образования и успешно апробированная педагогами в специальном учреждении для умственно отсталых детей Свердловской области (г. Карпинск). На начальной стадии обучения упражнения на преодоление моторной неловкости даются детям с большим трудом, в связи с чем главным принципом построения данной системы упражнений является постепенное усложнение материала внутри каждой задачи. Занятия проводятся в индивидуальной, подгрупповой или групповой форме. Для успешного их проведения с детьми с синдромом Дауна необходимо создание благоприятных условий, эмоционально-положительной среды и комфортности.

В представленной системе упражнений выделены четыре содержательных блока:

1 блок. Развитие тактильных ощущений и кинестетического компонента двигательного акта.

2 блок. Развитие кинестетического компонента двигательного акта.

3 блок. Развитие динамической координации движений.

4 блок. Развитие реципрокной координации движений.

Первый блок, направленный на развитие тактильных ощущений и кинестетического компонента двигательного акта, состоит из игрового самомассажа кистей рук, активной тренировки пальцев рук (комплекса упражнений) и упражнений-игр. Выбор игрового самомассажа обусловлен его положительным воздействием на кору головного мозга, возможностью предохранять его отдельные зоны от переутомления и равномерно распределять нагрузку. Деятельность рефлекторных окончаний внутренних органов, расположенных на ладонях, активизируется в процессе самомассажа, улучшается функциональное состояние всего организма. Вместе с тем мощный поток импульсов, поступающий от рецепторов, проприорецепторов мышц и суставов в мозг, совершенствует соматосенсорную сферу. Одновременно с этим информация распределяется в речеслуховые, зрительные, эмоциональные и творческие зоны. Это оказывает тонизирующее воздействие на ЦНС, способствует созданию новых нейронных сетей,

расширению резервных возможностей функционирования головного мозга [3], что является важным аспектом коррекционной работы с детьми с синдромом Дауна.

В первом блоке *при самомассаже* ребенку предлагается на импровизированной сцене (пальцах, ладонях, тыльных поверхностях кистей) разыграть веселый спектакль, при этом текст «пьесы» укладывается в четверостишие. Для того чтобы ребенок смог «сыграть» спектакль, необходимо создать яркий образ: содержание используемого массажного приема (механическое воздействие на мышцы) должно соответствовать тексту стихотворения, динамике развития сюжета, его творческой и эмоциональной составляющим.

Например, упражнение «Тёрка», при котором сжатые в кулак пальцы скользят по ладони вверх, вниз, вправо, влево, массируя руку, сопровождается текстом:

Маша маме помогает,
Тёркой свёклу натирает,
Вместе с мамой варит щи,
Ты вкуснее поищи!

Другие кинестетические компоненты используются в упражнении «Утюжок»: левая рука (кисть и предплечье) лежит на столе ладонью вверх, после чего костяшками сжатых в кулак пальцев правой руки ребенок поглаживает, растирает левую руку вверх, вниз, имитируя движения утюга:

Утюжок разгладит складки,
Вещи будут все в порядке.
Гладим кофту и штанишки
Зайке, ёжику и мишке.

Затем выполняются круговые поглаживания ладоней, катание ладошкой шестигранного карандаша, грецких орехов, деревянных катушек по столу или другой поверхности (между ладоней, между пальчиков), массаж ладошек щеткой, мочалкой (жесткой губкой), используются элементы су-джок.

При *активной тренировке пальцев* реализуется комплекс упражнений, при подборе которых учитываются интересы и пристрастия ребенка [7]. Упражнения могут быть связаны с военной тематикой, если ребенок любит играть с солдатиками. Приведем пример такого упражнения из опыта работы с Сережей К.:

Пальцы — маленький отряд —
Бодро выстроились в ряд.
Все из нашего полка
Достают до потолка.

Целесообразно использовать упражнения с музыкальной тематикой, если ребенок любит музыкальные занятия (из опыта работы с Наташей А.):

Ножки вместе, ровно спину.
Мы сидим за пианино.
Мы разучиваем гамму.
Ножки вместе, спинку прямо.

После этого приступают к *упражнениям-играм*, которые направлены на развитие тактильных ощущений и кинестетического компонента двигательного акта:

- ощупывание предметов с различной фактурной поверхностью, затем нахождение образцов материалов, из которых они сделаны (игра «Найди, из чего сделано»);

- ощупывание воды различной температуры (игра «Горячо — тепло — холодно»);

- узнавание фигуры, цифры или буквы, «написанных» на руке или спине ребенка (игра «Узнай, что это»).

Второй блок направлен на развитие кинестетического компонента двигательного акта. Это коррекционная работа, способствующая укреплению мышц и совершенствованию функций кистей и пальцев рук. Кроме общеизвестных упражнений (катание шарика из соленого теста или мячика по наклонной плоскости и др.), детям с синдромом Дауна доступны такие упражнения, как «Веселые маляры», «Трусливый зайка», «Курочка пьет воду», «Гусь», «Петушок», «Осы». Например, при выполнении упражнения «Курочка пьет воду» ребенок локтями опирается на стол, все его пальцы вытянуты и собраны в «клювик», а движения выполняются кистями вверх — вниз:

Наша курочка гуляла,
Травку свежую щипала.
И пила водицу
Прямо из корытца.

Затем движения выполняются пальцами рук, сначала правой, потом левой, и двумя руками вместе (например, упражнения «Жук», «Зайчик», «Цветок», «Коза», «Кошка»). Одновременно для закрепления знаний о цвете, форме, для развития воображения используются:

- разноцветные крышки;
- пуговицы и бусинки;
- кубики, мелкий строительный материал, конструктор;

- деревянные игрушки (матрешки, пирамидки) и деревянные предметы (шестигранный простой карандаш, деревянная катушка от ниток, деревянная линейка);

- ножницы (вырезание фигуры по нарисованному контуру, по прямой параллельными линиями);

- цветные клубочки ниток;

- мелкие камешки, крупа, семена и т. п.

Важное коррекционное значение имеют «Игры с прищепками», которые впервые использовала итальянский педагог М. Монтессори, разработавшая и успешно реализовавшая во многих странах мира систему сенсомоторных упражнений. Она развивала идею французского олигофренопедагога Э. Сегена о том, что целенаправленная активизация сенсорной и моторной сфер под влиянием деятельности служит исходной позицией и начальным этапом процесса воспитания и обучения ребенка с нарушениями в развитии [5], в том числе с синдромом Дауна. Так, прикрепляя прищепки к разноцветным кружкам, можно получить разнообразные цветы: ромашки, васильки, семицветики и т. д. Если взять зеленый треугольник и прикрепить к его краям прищепки-веточки аналогичного цвета, получится елочка, а если к одному краю — травка. Используя синий овал и голубые прищепки-капельки, изображаем тучку, из которой идет дождь, а прищепки и разноцветные овалы — бабочек. Такая интерпретация с превращениями прищепок может быть бесконечной: человек, цифры,

буквы, животные (собачка, зайка, лошадка, ежик), цветы, предметы обихода (расческа) и др., а у ребенка, самостоятельно дополняющего образ, развивается праксис и гнозис.

Довольно продуктивны и полезны для детей с синдромом Дауна игры с веревочками или шнурками разнообразного цвета (синий, зеленый, желтый, красный) и длины (от 10 до 30 см). Игры представляют собой простые стишки и движения:

Маша по лесу гуляла (*указательный и средний пальцы «идут» по столу*).

И шнурочек потеряла (*показать пустые ладони*).

Помоги его найти (*выбирается шнурок*).

И ботинки заплести (*шнурок обматывается вокруг пальца*).

Для развития кинестетического компонента двигательного акта используются нетрадиционные формы: пальчиковая живопись, пластилинография, бисерография, глинолечение, воскотерапия, кристаллотерапия, рисование губкой, спонжиком, рисование на подносе песком. Нетрадиционные методы воздействия в практике педагога начальных классов становятся мощным средством коррекционно-развивающей работы с детьми с синдромом Дауна.

Так, терапия песком была предложена Карлом Густавом Юнгом. Большой вклад в развитие данного направления внесли отечественные ученые (Т. М. Грабенко, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич и др.).

Использование на занятиях игр с песком помогает педагогу:

1) Обучить детей выполнению специальных движений.

2) Учить детей выстраивать на песке композиции по образцу.

3) Формировать у детей самостоятельность при выполнении движений.

4) Научить детей последовательно и точно передавать сюжет с учетом его изменения.

Приведем примеры таких игр и упражнений:

- ладони, скользя по поверхности песка, выполняют круговые и зигзагообразные движения (как машинки, змейки, санки и др.);

- ребром ладони выполняются разнообразные движения;

- ладони проходят по проложенным трассам, оставляя на них свои следы;

- отпечатками ладоней, ребрами ладоней, кулачками, костяшками кистей рук выполняются узоры на поверхности песка;

- каждый палец правой и левой руки поочередно проходит по песку (сначала только указательный, затем — средний, безымянный, большой, мизинец);

- «оживление» абстрактных символов: букв, цифр, геометрических фигур и пр.

Далее пальцы группируются по два, по три, по четыре, по пять, и ребенок может создать загадочные следы. Игра на поверхности песка, как на рояле, пианино, рояле или клавиатуре компьютера, дает возможность двигаться не только пальцам, но и кистям рук, совер-

шающим мягкие движения вверх-вниз. Для сравнения тактильных ощущений ребенку предлагается проделать те же движения на материале с гладкой структурой, например поверхности стола. Песочница используется и для узнавания и закрепления образа буквы или цифры, изготовленного из дерева или пластмассы, закопанного среди прочих в песке (вариация игры «Волшебный мешочек»), который находит ребенок с предварительно завязанными глазами.

Последнее время среди специалистов, работающих с детьми с синдромом Дауна, большую популярность приобрела графическая техника «гаттаж» (от фр. *gratter* — скрести, царапать). Это способ выполнения рисунка с помощью процарапывания острым инструментом (пером, палочкой, иглой) листа бумаги или картона, залитых тушью по парафину или воску, поэтому техника имеет и другое название — воскография. Для подобных произведений характерен контраст белых линий рисунка и черного фона. Часто технику царапанья так и называют: «цап-царапки».

Для укрепления мышц и совершенствования функций кистей и пальцев рук можно использовать декоративное панно, которое решает большой спектр задач:

1. Развитие внимания, усидчивости, аккуратности, терпеливости в работе.

2. Развитие мелкой моторики пальцев рук.

3. Повышение чувствительности пальцев.

4. Снятие эмоционального напряжения.

С помощью панно, созданного на тканевой основе с нашитыми на него дидактическими элементами (например, панно «Осень»), можно проводить следующие виды коррекционных упражнений: плетение ниток (лучики солнца); пристегивание липучек или пуговиц (осенние листья); нанизывание бусинок на нитки (паутина); пристегивание заколок, прищепок (животные); оборачивание вокруг пуговиц ниток (дождик из тучки); расстегивание и застегивание кармашков на молниях, в которых спрятаны картинки с изображением; сворачивание картинок с изображением «гармошкой» (появление и исчезновение цветов и грибов после дождя). Такое пособие можно использовать в индивидуальной и групповой форме работы.

После выполнения упражнений второго блока переходят к развитию динамической координации движений — ключевой задаче **третьего блока.**

На этом этапе педагогу следует заострить внимание на поочередном выполнении ребенком движений одной и другой рукой, затем двумя руками одновременно (упражнения «Кулачок», «Человечек бежит», «Бинокль», «Краб», «Здравствуй, пальчик»). Например, упражнение «Краб» выполняется следующим образом: ладонь направлена вниз, указательный и средний пальцы переплетены внутри, большой — направлен к себе («краб»). «Краб» движется по столу вправо-

влево путем поочередной перестановки большого и остальных пальцев правой руки, затем большого и остальных пальцев левой руки и, наконец, двумя руками одновременно («крабы»).

Важным аспектом работы по развитию мелкой моторики ребенка с синдромом Дауна являются пальчиковая гимнастика и пальчиковые игры, представленные в виде веселой инсценировки рифмованных историй-сказок с использованием пальцев («Сорока-Белобока», «Ладушки», «Коза рогатая» и др.). Одним из видов пальчиковых игр без предметов может быть пальчиковый театр «Пальчики-зайчики». Прежде чем приступить к игре, на подушечках всех пальцев правой руки ребенка красками рисуются «зайчики», и пальцы превращаются в зайчиков. После этого начинаются игры — движения, сопровождаемые стихами:

Первого зайца зовут Коро-
тышка (*большой пальчик*),

Второго зайчишку зовут Торо-
пыжка (*указательный пальчик*),

Третий зайчишка — это Топ-
тышка (*средний пальчик*),

Четвертого зайца называли
Тишка (*безымянный пальчик*),

А самого младшего — зайка
Трусишка (*мизинчик*).

Практика работы с детьми показала, что пальчиковые игры — это не только интересное и забавное занятие, вызывающее у ребенка положительные эмоции и интерес. В процессе игры у ребенка развивается связная речь, общая координация, совершенствуется мелкая мо-

торика пальцев и кистей рук. Пальчиковые игры способствуют формированию графомоторных навыков, гармоничному умственному развитию детей младшего школьного возраста.

Несомненно повышает интерес у детей с синдромом Дауна к занятиям соответствующая атрибутика, которая украшает игру, делая ее для ребенка привлекательной. В качестве атрибутов могут использоваться знакомые ребенку вещи: варежки или перчатки, с вышитыми на каждом пальце (приклеенными) глазами, носом, ртом или характерными для животных деталями (длинные уши, усы, хвост, хобот и т. д.). Можно использовать:

- небольшие картонные или бумажные фигурки (7—8 см);

- цветные изображения, вырезанные из открыток или журналов, приклеенные на картон, к которым пришивается резинка с диаметром, плотно облегающим основание детских пальчиков [3];

- наперстки или срезанные верхушки со старых детских перчаток («Любимые колпачки» (шапочки) для пальчиков);

- ученические ручки, карандаши, катушки из-под ниток («Качели») [1].

Игры, требующие участия обеих рук, дают возможность формировать у детей ориентировку в пространстве, понятия «право», «лево», «верх», «низ» и т. д. При использовании пальчиковых игр педагогу необходимо соблюдать два важных правила: нагружать

пальцы левой и правой рук равномерно; расслаблять пальцы после каждого упражнения (например, потрясти кистями рук).

Четвертый блок ставит задачу развития реципрокной координации движений. Термин «реципрокная координация» (от лат. *reciprocus* — обоюдный, взаимный) применяется для обозначения сложных форм координации движений. В нейропсихологии специальная проба на реципрокную координацию (попеременное сжимание правой руки с одновременным разжиманием левой) применяется как диагностический прием: нарушенная реципрокная координация указывает на поражение межполушарных связей [4].

В данный блок входят упражнения «Стул», «Стол», «Указатель», «Гнездо», «Прятки», имитация игры на музыкальных инструментах:

Волк играет на баяне,
А лиса — на барабане.
Мишка громко на трубе.
Поиграть хотят тебе.
Если будешь помогать,
Вместе станем мы играть.

В этот блок полезно включать упражнения по изодетальности:

- рисование по трафарету букв, геометрических фигур, штриховка;
- обведение контура геометрической фигуры параллельными линиями с последующим уменьшением или увеличением;
- рисование по точкам, пунктирным линиям;
- рисование двумя руками (одной рукой рисуем круги, другой — квадраты), двумя карандашами;

- рисование в воздухе букв, цифр и т. д.

Таким образом, игры, пальчиковый театр и гимнастика для пальчиков способствуют всестороннему развитию ребенка с синдромом Дауна. Они улучшают подвижность пальцев, развивают их силу и гибкость, улучшают почерк; снижают физическую усталость и моральное напряжение во время урока; массируют «активные точки» на пальцах и ладонях. Использование возможностей такой коррекции необходимо как в организованных формах обучения и воспитания детей данной категории, так и в условиях семьи.

Внедрение данной системы упражнений в практику работы с «солнечными» детьми в Карпинской СКОШИ № 10 позволило активно включать их в школьные, городские и окружные конкурсы: «Мы всё можем!», «Уральские звездочки», «Открой себя миру», «Богословская звезда», «Зажги свою звезду», «Войди в природу другом», «Новогодняя игрушка» — и занимать призовые места. Для ребенка с синдромом Дауна движение — это один из способов познания мира. Чем точнее и четче будут детские движения, тем глубже и осмысленнее будет его знакомство с миром, его социализация и интеграция.

Литература

1. Бачина, О. В. Пальчиковая гимнастика с предметами / О. В. Бачина, Н. Ф. Коробова. — М. : АРКТИ, 2009.
2. Зак, Г. Г. Внеклассные формы работы как дополнительное условие повышения самостоятельности при фор-

мировании социально-трудовых навыков у младших школьников с нарушениями интеллектуального развития: дис. ... канд. пед. наук / Зак Г. Г. — Екатеринбург, 2001.

3. Малюкова, И. Б. Игровой самомассаж кистей рук / И. Б. Малюкова // Начальная школа плюс: до и после. — 2008. — № 2.

4. Мещеряков, Б. Г. Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко. — СПб. : Прайм-Еврознак, 2004.

5. Назарова, Н. М. Специальная педагогика : в 3 т. : учеб. пособие для

студ. высш. учеб. заведений. Т. 1. История специальной педагогики / под ред. Н. М. Назаровой. — Т. 1. История специальной педагогики / Н. М. Назарова, Г. Н. Пенин. — М. : Академия, 2007.

6. Обучение, воспитание и трудовая подготовка детей с глубокими нарушениями интеллекта / А. Р. Маллер, Г. В. Цикото. — М. : Педагогика, 1988.

7. Узорова, О. В. Пальчиковая гимнастика / О. В. Узорова, Е. А. Нефедова. — М. : АСТ : Астрель, 2002.